

Согласовано
Директор МБОУ СОШ № _____

(подпись и расшифровка)

Утверждаю
Директор Костромского филиала
ООО «СКК» _____



Кожемяко Е.В.

Меню
школ г.Кострома на 08.09.2021г.

Возрастная категория: 7 - 11 лет

№	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Неделя 2							
День 9							
ЗАВТРАК	Бутерброд с мясными кулинарными изделиями	80	10,05	6,13	22,8	187,00	5
	Суфле творожное со сгущенным молоком	170	23,20	12,84	34,64	352,00	227
	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15	60	430
	Хлеб ржаной	24	1,50	0,26	11,86	60,11	ПР
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	ПР
Итого за завтрак		514	38,11	19,73	103,62	752,63	
ОБЕД	Салат из свеклы отварной	100	1,41	6,01	8,26	92,8	52
	Рассольник ленинградский	250	2,7	4,3	16,8	117	91
	Котлеты рыбные любительские	100	16,4	6,6	6	150	241
	Пюре картофельное (с маслом сливочным)	155	3,1	8,43	18,54	170,25	312
	Фрукты или ягоды свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	338
	Компот из свежих плодов или ягод	200	0,16	0,12	24,08	98,00	372
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	ПР
Хлеб ржаной	24	1,50	0,26	11,86	60,11	ПР	
Итого за обед		969	28,83	26,52	114,66	828,68	
ПОЛДНИК	Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	1,4	0,4	22,8	100,4	389
	Булочка молочная	100	9,28	1,95	46,9	242	434
Итого за полдник		300	10,68	2,35	69,7	342,4	823
Итого за день :			53,43	48,60	287,98	1923,71	823,00

Возрастная категория: 12 - 18 лет

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Неделя 2							
День 9							
ЗАВТРАК	Бутерброд с мясными кулинарными изделиями	80	10,05	6,13	22,8	187,00	5
	Суфле творожное со сгущенным молоком	220	30,40	17,10	42,40	452,00	227
	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15	60	430
	Хлеб ржаной	30	1,89	0,33	14,83	75,14	ПР
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	116,9	ПР
Итого за завтрак		580	46,49	24,16	119,18	891,04	
ОБЕД	Салат из свеклы отварной	100	1,41	6,01	8,26	92,8	52
	Рассольник ленинградский	250	2,7	4,3	16,8	117	91
	Котлеты рыбные любительские	100	16,4	6,6	6	150	241
	Пюре картофельное (с маслом сливочным)	155	3,1	8,43	18,54	170,25	312
	Фрукты или ягоды свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	338
	Компот из свежих плодов или ягод	200	0,16	0,12	24,08	98,00	372
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	ПР
Хлеб ржаной	30	1,89	0,33	14,83	75,14	ПР	
Итого за обед		975	29,22	26,59	117,63	843,71	
Итого за день :			5,84	0,83	38,98	192,04	